

Важные годы. Почему не стоит откладывать жизнь на потом

Автор:

Мэг Джей

Важные годы. Почему не стоит откладывать жизнь на потом

Мэг Джей

Эта книга о десятилетии, определяющем судьбу человека. Инвестиции, сделанные в этот период в собственное развитие во всех сферах жизни, принесут максимальную отдачу. Автор объясняет, почему не стоит откладывать начало взрослой жизни на потом, и рассказывает, что нужно делать в это время жизни человека. На русском языке публикуется впервые.

Мэг Джей

Важные годы. Почему не стоит откладывать жизнь на потом

Издано с разрешения Meg Jay, c/o JANKLOW & NESBIT ASSOCIATES

6-е издание

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© Meg Jay, 2012

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2019

* * *

Пролог. О поколении миллениума

Книга «Важные годы» предназначена для тех, кому за двадцать. Впрочем, родители считают, что это книга для них. Коллеги полагают, что я написала ее для психотерапевтов и преподавателей. Когда же двадцатилетние юноши и девушки спрашивают меня: «Для кого эта книга?» – они искренне радуются, услышав в ответ: «Для вас!».

Многих поражает то, что вместо разговора о тех, кому за двадцать, я предпочитаю общаться с ними. Хватит уже всех этих взрослых, которые только то и делают, что обсуждают молодежь! Люди двадцати с лишним лет – тоже взрослые, и они заслужили право принимать участие в обсуждении собственной жизни. Возможно, под влиянием массовой культуры мы считаем двадцатилетних юношей и девушек слишком дерзкими, невежественными, ленивыми или пресыщенными, для того чтобы принимать участие в таких дискуссиях, – но на самом деле это далеко не так. В своей частной практике, а также в колледже и магистратуре я встречала много молодых людей двадцати с лишним лет, испытывающих острую потребность в содержательном, искреннем общении. В книге «Важные годы» я использую свой опыт научных исследований и клинической практики, для того чтобы развенчать такие мифы о возрасте от двадцати до тридцати лет: тридцать – это новые двадцать; мы не можем выбирать свою семью; сделать что-то в более позднем возрасте – значит сделать это лучше. Но рассуждения о том, что юношам и девушкам старше двадцати не хватает здравого смысла для того, чтобы их заинтересовала подобная информация и они поняли, что она может изменить их жизнь, – это, пожалуй, самое большое заблуждение.

Поколение двадцатилетних юношей и девушек XXI столетия (так называемое поколение миллениума) – не похоже на послевоенное, представители которого совсем молодыми создавали семьи и делали карьеру. На долю тех, кому сейчас

за двадцать, выпадает самая нестабильная работа, а по вечерам они приходят домой, встречая там не любящих родственников, а соседей по комнате, от которых можно ждать чего угодно. Поколение миллениума отличается и от поколения X – молодых людей, не стремящихся получить все и сразу. От своих братьев, сестер и коллег из поколения X они знают, чем может обернуться откладывание важных жизненных задач до тридцати-сорока лет. Они видят, какой стресс переживают многие представители поколения X, – и хотят найти альтернативу.

Маятник качнулся от позиции «Я слишком рано остепенился» до «Я слишком поздно начал», и поколение миллениума пытается найти правильный путь. Однако все те большие ожидания, на которых воспитывалось это поколение, столкнулись с реалиями мирового экономического кризиса, из-за чего тот самый «правильный путь» оказался еще более далеким, чем когда бы то ни было. Тем не менее, вместо того чтобы жаловаться на то, что с ними сотворила экономика (или родители), молодые люди из поколения миллениума готовы двигаться дальше и ждут, когда кто-то спросит их: «Что вы намерены со всем этим делать?».

Книга «Важные годы» увидела свет в апреле 2012 года, поэтому ее самая большая и благодарная аудитория – те, кто встретил свое двадцатилетие на рубеже тысячелетий. Я получила много трогательных писем от родителей с такими словами: «Единственный подарок, который я хотела бы получить ко Дню матери в этом году, – это чтобы мой двадцатилетний сын прочитал вашу книгу». Люди же чуть старше тридцати пишут: «Мне жаль, что этой книги еще не было, когда мне исполнилось двадцать». Но самые многочисленные и эмоциональные сообщения я получаю от юношей и девушек двадцати с лишним лет по почте, в Facebook и твиттере – все они говорят, как много для них значит то, что кто-то обратился непосредственно к ним. Но вот в чем вопрос: почему раньше никто не говорил с этими молодыми людьми?

Возможно, в этом виновата современная культура, проповедующая снисходительно-пренебрежительное отношение к молодежи, в которой ее воспринимают скорее как потомков беби-бумеров, а не как новое поколение. Но причина также в том, что мне довелось увидеть ту сторону жизни двадцатилетних, которой не замечают другие люди.

Мой первый сеанс психотерапии с двадцатилетним клиентом состоялся в 1999 году, после чего на протяжении десяти лет я в основном слушала

представителей поколения миллениума за закрытой дверью – каждый день, с утра до вечера. Наверное, современная молодежь и делится с кем-то подробностями своей личной жизни, однако в своих блогах, на Facebook и в твиттере они гораздо менее откровенны, чем у меня в кабинете. Именно поэтому я знаю о тех, кому за двадцать, то, чего не знают о них другие. Более того, мне известно даже то, чего они сами о себе не знают.

Как это ни парадоксально, но молодые люди, родившиеся на рубеже тысячелетий, испытывают чувство облегчения и даже воодушевления, когда осмеливаются обсудить с кем-то те свои качества и проблемы, о которых они боятся говорить. Я убеждена, что моих клиентов (и читателей этой книги) не пугают трудные вопросы; их пугает скорее то, что никто им их не задает. Когда молодые люди двадцати с лишним лет слышат то, что я им говорю, самая распространенная реакция сводится не к позиции «Не могу поверить, что вы это говорите», а к словам «Почему мне раньше никто об этом не говорил?».

Что же, мои дорогие читатели, в этой книге вы найдете то, что искали.

Возраст от двадцати до тридцати крайне важен. Восемьдесят процентов судьбоносных событий происходят в жизни человека до тридцати пяти лет. Две трети роста уровня доходов приходится на первые десять лет карьеры. К тридцати годам больше половины людей вступают в брак, начинают встречаться или жить вместе с будущими спутниками жизни. Личность человека меняется наиболее активно от двадцати до тридцати лет, а не до или после этого возраста. К тридцати годам мозг человека завершает свое развитие. Репродуктивная функция женщины достигает пика к двадцати восьми годам.

Молодые люди из поколения миллениума, а также родители, руководители, учителя и все, кого интересует эта тема, эта книга – для вас.

Предисловие. Определяющее десятилетие

Входе одного из немногочисленных исследований, охватывающих все периоды жизни человека, сотрудники Бостонского и Мичиганского университетов проанализировали десятки историй, написанных выдающимися людьми в конце их земного пути[1 - См. W. R. Mackavey, J. E. Malley, A. J. Stewart. “Remembering

Autobiographically Consequential Experiences: Content Analysis of Psychologists' Accounts of Their Lives" / Psychology and Aging 6 (1991): 50–59. В этом исследовании автобиографически значимые события были разделены по стадиям развития человека, а не по десятилетним периодам. Для того чтобы определить, на какой десяток лет жизни человека приходится больше всего значимых событий, я проанализировала эти данные еще раз, определив среднее число значимых событий в год на каждом этапе развития. Затем на основании средних показателей я определила число значимых событий в расчете на десятки лет, а не на этапы развития.]. Исследователей интересовали так называемые автобиографически значимые вехи или обстоятельства и люди, которые оказали ключевое влияние на дальнейшую жизнь человека. Важные события происходили от рождения до самой смерти, но все же та их часть, которая определила дальнейшую жизнь, приходилась на период от двадцати до тридцати лет.

Вполне логично, что после того как мы покидаем родительский дом или оканчиваем университет и становимся более независимыми, наступает период активного саморазвития – время, когда наши поступки определяют наше будущее. Может даже показаться, что взрослая жизнь – это один непрерывный период автобиографически значимых событий и что чем старше мы становимся, тем больше управляем своей жизнью. Но это не так.

После тридцати лет значимых вех в нашей жизни становится все меньше. Учеба уже закончилась или близка к завершению. Мы уже посвятили какое-то время карьере или приняли решение не делать ее. Возможно, начинаем создавать семью. У нас появляется дом или другие обязанности, из-за которых нам трудно что-то изменить в своей жизни. Учитывая, что 80 процентов самых важных событий происходит в нашей жизни к тридцати пяти годам, после тридцати мы, как правило, либо продолжаем начатое в период от двадцати до тридцати лет, либо пытаемся внести коррективы в предпринятые в это время шаги.

Парадокс заключается в том, что то, что происходит с нами в двадцать с лишним лет, кажется не таким уж важным. Принято считать, что судьбоносные моменты нашей жизни связаны со встречами с интересными людьми. Однако на самом деле это не так.

Ученые пришли к выводу, что большинство важных событий, имевших долгосрочный эффект (обеспечивших карьерный рост, семейное благополучие, личное счастье или его отсутствие), происходило на протяжении многих дней,

недель и даже месяцев, практически не оказывая заметного воздействия на жизнь людей, ставших объектами исследования. Значимость этих событий далеко не всегда была очевидна изначально, но в ретроспективе люди осознавали, что именно это определило их будущее.

Эта книга расскажет о том, как научиться распознавать важные этапы в жизни двадцати-тридцатилетних, почему этот возраст так важен и как его максимально эффективно использовать.

Введение. Жизнь в реальном времени

Устав от лжи и от безделья, лениво смотришь за окно.

Летят неделя за неделей – тебе, однако, все равно.

О чем-то думать – просто бремя; ты молод, впереди вся жизнь...

Впустую убивая время, хоть раз на годы оглянись.

Настанет миг, и ты прозреешь, и с диким ужасом поймешь,

Что с каждым годом ты стареешь – а время вспять не повернешь.

Слова из песни Time: Дэвид Гилмор, Ник Мейсон, Роджер Уотерс и Ричард Райт из группы Pink Floyd

В любом процессе роста и развития есть так называемый критический период. Это определенный период созревания, во время которого при наличии надлежащих внешних стимулов происходит активное формирование и развитие способностей. До этого периода и после него это либо трудно, либо вообще невозможно.

Ноам Хомский, лингвист

Ктому времени, когда Кейт начала посещать сеансы психотерапии, она больше года работала официанткой и жила (не всегда мирно) со своими родителями. Отец устроил ее на первую работу, и они оба понимали, что существующие

между ними проблемы скоро опять дадут о себе знать. Но больше всего меня поразило то, что Кейт так бессмысленно тратила свои молодые годы. Девушка выросла в Нью-Йорке, после чего в возрасте двадцати шести лет переехала в Вирджинию, но у нее до сих пор не было водительских прав, несмотря на то что это ограничивало ее возможности трудоустройства и заставляло чувствовать себя пассажиром в собственной жизни. Также из-за этого Кейт часто опаздывала на наши встречи.

Когда Кейт окончила колледж, она надеялась в полной мере испытать все те возможности, которые открываются перед человеком в двадцать с лишним лет, и родители активно поощряли ее к этому. Отец и мать девушки поженились сразу же после окончания колледжа, потому что хотели поехать вместе в Европу, а в 70-х годах XX столетия их семьи не могли закрыть глаза на то, что они еще не женаты. В итоге родители Кейт провели медовый месяц в Италии и вернулись домой, зачав ребенка. Отец устроился работать бухгалтером, а мать занималась воспитанием четверых детей, среди которых Кейт была самой младшей. К моменту нашей встречи девушка пыталась наверстать то, что упустили ее родители. Кейт казалось, что это будет лучшее время в ее жизни, но пока что она испытывала только стресс и тревогу. «Мои двадцать лет меня просто парализуют, – призналась она. – Никто не говорил мне, что это будет так трудно».

Кейт постоянно размышляла о проблемах двадцатилетних, чтобы отвлечься от того, что на самом деле происходит в ее жизни, и, как мне показалось, пыталась делать то же самое и на сеансах психотерапии. Кейт приходила на них, садилась на диван, сбрасывала обувь, подтягивала джинсы и затевала разговор о выходных. Наши беседы часто принимали мультимедийный характер: девушка показывала мне электронные письма и фотографии, а сигналы о новых текстовых сообщениях назойливо звучали на протяжении всего сеанса.

Каким-то образом между рассказами Кейт об уик-эндах мне удалось выяснить следующее: она считает, что хотела бы собирать средства для благотворительных организаций, а также надеется разобраться в том, чем она желала бы заниматься в тридцать лет. «Тридцать – это новые двадцать», – заявила она. Это и была нужная мне подсказка.

Я слишком равнодушна к молодым людям двадцати с лишним лет, чтобы позволять Кейт или любому другому представителю этой возрастной категории напрасно тратить свое время. Будучи клиническим психологом, который

специализируется на развитии взрослых, я видела множество юношей и девушек старше двадцати, которые не задумываются о будущем. А потом в тридцать-сорок лет начинают лить горькие слезы, поскольку им приходится платить высокую цену (в романтическом, экономическом и репродуктивном смысле) за то, что они не смогли увидеть перспективу в двадцать.

Мне нравилась Кейт, и я хотела ей помочь, поэтому настояла на том, чтобы она приходила на сеансы вовремя. Я прерывала ее, когда она начинала рассказывать о своем последнем партнере, и расспрашивала, как обстоят дела с получением водительских прав и поисками работы. Пожалуй, важнее всего было то, что мы с Кейт обсудили, в чем должны заключаться суть наших сеансов и смысл ее жизни в двадцать с небольшим лет.

Кейт хотела знать, что лучше – несколько лет посещать сеансы психотерапии, пытаясь разобраться во взаимоотношениях с отцом, или потратить эти деньги и время на путешествия по Европе в поисках себя. Я не поддержала ни один из вариантов и сказала Кейт, что, хотя большинство психотерапевтов согласились бы с утверждением Сократа: «Неисследованная жизнь не стоит того, чтобы ее прожить», в данном случае более важным мне кажется не столь известное высказывание американского психолога Шелдона Коппа: «Непрожитая жизнь не стоит того, чтобы ее исследовать».

Я объяснила Кейт, что с моей стороны безответственно спокойно наблюдать за тем, как бесплодно проходят самые важные годы ее жизни. Безрассудно фокусироваться на прошлом Кейт, зная, что ее будущее в опасности. Я считала неправильным обсуждать с девушкой ее уик-энды, если несчастливой ее делали именно будни. Кроме того, я искренне верила в то, что отношения Кейт с отцом не изменятся до тех пор, пока она не привнесет в них что-то новое.

Как-то Кейт пришла на очередной сеанс и устало опустилась на диван в моем кабинете. Еще более печальная и взволнованная, чем обычно, она смотрела в окно и нервно перебирала ногами, рассказывая о воскресной встрече за обедом с четырьмя подругами по колледжу. Две из них приехали в город на конференцию. Одна только что вернулась из Греции, где записывала колыбельные в рамках работы над диссертацией. Еще одна привела с собой жениха. Когда все уселись за стол, Кейт посмотрела на подруг и поняла, что ей нечем похвастаться. Ей требовалось то, что у них уже было (работа, цель или любимый человек), поэтому она провела остаток дня в поисках нужной информации на сайте электронных объявлений Craigslist. Большинство вакансий

(а также мужчин) показались ей неинтересными. Кейт начала сомневаться, что сможет получить то, к чему стремится. В итоге девушка отправилась спать, чувствуя себя обманутой.

Кейт в отчаянии сказала: «Мне уже двадцать с лишним лет. Сидя в ресторане, я поняла, что мне нечего рассказать о себе. В моем резюме нет ничего интересного. По сути, у меня нет достойного резюме. У меня нет любимого человека. Я даже не знаю, что делаю в этом городе. (Она достала носовой платок и расплакалась.) Меня просто поразила мысль о том, что значение открытых дорог сильно преувеличено. Мне бы хотелось быть более... не знаю... целеустремленной, что ли».

В случае Кейт еще было не поздно что-то изменить, но ей действительно следовало начинать действовать. К моменту окончания курса психотерапии у нее была своя квартира, водительские права, перспективный друг и работа по сбору пожертвований в благотворительной организации. Даже отношения с отцом стали улучшаться. Во время нашего последнего сеанса девушка поблагодарила меня за то, что я помогла ей наверстать упущенное. Она сказала, что наконец-то ее жизнь протекает «в реальном времени».

Возраст от двадцати до тридцати лет и есть то реальное время, которое нужно прожить надлежащим образом. Культура, в которой принято считать, что тридцать – это новые двадцать, приучила нас к тому, что период от двадцати до тридцати не играет особой роли в нашей жизни. Зигмунд Фрейд как-то сказал: «Любовь и работа, работа и любовь – вот и все, что делает нас людьми». В наши дни эти аспекты жизни человека обретают форму в более позднем возрасте, чем в прежние времена.

Когда родителям Кейт шел третий десяток, средний возраст вступления в брак и появления первого ребенка составлял двадцать один год[2 - Исчерпывающую информацию о том, чем поколение послевоенного бума рождаемости отличается от молодых людей двадцати с лишним лет XXI столетия, можно найти в книге: Neil Howe, William Strauss. Millennials Rising: The Next Great Generation (New York: Vintage, 2000).]. Образование ограничивалось окончанием средней школы или колледжа, и молодые родители занимались главным образом зарабатыванием денег и ведением домашнего хозяйства. Поскольку дохода одного из супругов было достаточно для содержания семьи, мужчины в большинстве случаев работали, а две трети женщин – нет. Люди могли проработать в одной и той же сфере всю жизнь. В то время средняя цена дома составляла 17 000 долларов[3 -

Данные о том, сколько стоили дома в прошлом, можно найти на сайте: <http://www.census.gov/hhes/www/housing/census/historic/values.html> (<http://www.census.gov/hhes/www/housing/census/historic/values.html>).]. Разводы и контрацептивы только начали получать широкое распространение.

Затем на протяжении жизни одного поколения произошел огромный культурный сдвиг[4 - Последние данные о поколении двадцати-тридцатилетних людей XXI столетия содержатся в отчете исследовательского центра Pew Research Center за 2010 год “Millennials: Confident. Connected. Open to Change”, доступ к которому можно получить на сайте: <http://pewresearch.org/millennials> (<http://pewresearch.org/millennials>).]. На рынке появилось множество надежных и удобных противозачаточных средств; многие женщины получили возможность работать. К началу нового тысячелетия только половина молодых людей вступали в брак до тридцати, а еще меньше заводили детей. Все это делало возраст от двадцати до тридцати лет временем новообретенной свободы. Стало преобладать мнение, что учиться в колледже – это слишком дорого и не так уж необходимо и что важнее учиться в университете, но в обоих случаях остается достаточно времени для досуга.

На протяжении сотен лет юноши и девушки после двадцати переставали быть детьми и сразу же становились мужьями и женами. Однако буквально за несколько десятков лет у молодых людей появился еще один промежуток времени для развития. Но молодые люди, подобные Кейт, не понимали, как правильно использовать период между жизнью в родительском и собственном доме, купленном в кредит.

В итоге возраст от двадцати до тридцати лет стал для молодых людей временем неопределенности. В 2001 году в журнале Economist вышла статья под названием Bridget Jones Economy («Экономика Бриджит Джонс»)[5 - См. статью “The Bridget Jones Economy: Singles and the City – How Young Singles Shape City Culture, Lifestyles, and Economics” / Economist, December 22, 2001.], а в 2005-м основная статья одного из номеров журнала Time была озаглавлена так: Meet the Twixters («Познакомьтесь с твикстерами»)[6 - Твикстеры (сокр. от англ. betwixt – «ни то ни се», «ни рыба ни мясо») – молодые люди, которые не хотят становиться взрослыми и живут с родителями или зависимы от них материально. Прим. пер.]] [7 - Речь идет о передовой статье Льва Гроссмана “Meet the Twixters”, опубликованной в воскресном номере журнала Time за 16 января 2005 года. В своей статье Гроссман представил исчерпывающий анализ экономических, социальных и культурных изменений в жизни общества, из-за которых у

молодых людей от двадцати до тридцати лет появилось ощущение, будто они ничего не стоят.]. В обоих журналах говорилось о том, что в наше время возраст от двадцати до тридцати лет стал тем периодом, когда юноши и девушки могут распоряжаться своей жизнью по собственному усмотрению и располагают необходимыми для этого средствами. В 2007 году этот возраст уже начали называть «годами странствий» – предполагалось, что молодые люди должны посвятить их путешествиям[8 - См. David Brooks. "The Odyssey Years" / New York Times, October 9, 2007.]. Журналисты и исследователи окрестили юношей и девушек старше двадцати «взрослыми детьми», «предвзрослыми» и «юными взрослыми».

Некоторые говорят, что возраст от двадцати до тридцати лет – это продолжение юности, тогда как другие считают эти годы началом взрослости[9 - Исследователь Роберт Дженсен Арнетт ввел термин «зарождающаяся зрелость» для обозначения возраста от восемнадцати до двадцати пяти лет. Арнетт провел много замечательных исследований этой возрастной группы, – некоторые из них упоминаются в этой книге. Я использую в своей книге результаты исследований Роберта Арнетта, но не термин «зарождающаяся зрелость», поскольку в ней идет речь обо всем периоде от двадцати до тридцати лет. Кроме того, я не думаю, что можно укрепить самооценку молодых людей двадцати с лишним лет, по сути, заявляя, что они – не взрослые.]. Это так называемое смещение временных рамок взросления понизило статус молодых людей двадцати-тридцати лет до «не совсем взрослых», – и это тогда, когда им больше всего необходимо действовать[10 - См. Richard Settersten, Barbara E. Ray. Not Quite Adults: Why 20-Some-things Are Choosing a Slower Path to Adulthood, and Why It's Good for Everyone (New York: Bantam Books, 2010).]. В итоге Кейт и подобные ей молодые люди попали в водоворот предвзятости и непонимания, что привело к слишком упрощенному восприятию десятилетия, определяющего всю их дальнейшую взрослую жизнь.

Однако, даже несмотря на наше пренебрежительное отношение к молодым людям двадцати с лишним лет, мы порой делаем из них фетиш. Массовая культура чрезмерно сфокусирована на этой возрастной категории, подавая ее как годы беззаботности, когда от жизни необходимо взять все сполна. Дети-знаменитости и обычные подростки проводят свою юность так, будто им уже за двадцать, а молодые взрослые одеваются и ведут себя как герои реалити-шоу «Реальные домохозяйки», чтобы выглядеть на двадцать девять лет. В итоге юноши и девушки выглядят старше, а взрослые люди – моложе, что превращает взрослую жизнь в один длинный период двадцатилетия. Для описания ситуации, когда человек ведет один и тот же образ жизни и придерживается одних и тех

же взглядов с юности до самой смерти, даже изобрели новый термин – «амортальность»[11 - См. Catherine Mayer “10 Ideas Changing the World Right Now” / Time magazine, March 12, 2009.].

Это противоречивая и опасная идея. С одной стороны, нам пытаются внушить, что возраст от двадцати до тридцати не играет особой роли в жизни человека, а с другой – происходит гламуризация и едва ли не одержимость этим возрастом, но мало что напоминает нам о том, что в жизни есть и много других важных вещей. Все это приводит к бездумной растрате самых трансформационных лет своей взрослой жизни, а расплачиваться за это приходится в последующие десятилетия.

Сформировавшееся в нашей культуре отношение к двадцати-тридцатилетним в какой-то мере напоминает те старые добрые времена, когда Америка находилась в состоянии иррационального изобилия. Двадцатилетние молодые люди XXI столетия выросли во времена бума доткомов[12 - Дотком – компания, чья бизнес-модель основывается на работе в интернете. Прим. ред.], увеличения порций блюд в ресторанах быстрого питания, пузыря на рынке недвижимости и чрезмерного оживления на Уолл-стрит. В стартапах[13 - Стартап, или стартап-компания, – компания с короткой историей операционной деятельности. Как правило, такие компании созданы недавно, находятся в стадии развития или исследования перспективных рынков. Прим. ред.] считали, что их элегантные сайты будут стимулировать спрос и помогут делать деньги; люди не думали о калориях, которые получают вместе с увеличенными порциями; домовладельцы не сомневались, что их дома всегда будут расти в цене; финансовые аналитики считали, что рынок неизменно будет пребывать в состоянии подъема. Взрослые всех возрастов позволили тому, что психологи обозначают термином «нереалистичный оптимизм» (мысль о том, что с вами никогда не случится ничего плохого), взять верх над логикой и здравым смыслом. Взрослые всех категорий не смогли просчитать возможные последствия. В итоге поколение двадцати-тридцатилетних стало новым «пузырем», и он вот-вот может лопнуть.

У себя в кабинете я не однажды видела, как это происходит.

Мировой экономический кризис, последствия которого ощущаются до сих пор, вызвал у многих юношей и девушек двадцати с небольшим лет ощущение недостаточной зрелости и даже опустошенности. В наши дни у этих молодых людей более высокий уровень образования, чем когда бы то ни было, но они реже находят работу после окончания учебы. Многие молодые специалисты

получают свой первый трудовой опыт за рубежом, поэтому им нелегко укрепить свое положение дома[14 - Глубокий анализ постмодернистской экономики и ее последствий содержится в статье: Richard Sennett. "The New Political Economy and Its Culture" / The Hedgehog Review 12 (2000): 55-71.]. В условиях сокращения темпов экономического роста и увеличения численности населения безработица достигла самого высокого уровня за несколько десятилетий[15 - Текущие статистические данные можно найти на сайте Бюро трудовой статистики США: <http://www.bls.gov/cps> (<http://www.bls.gov/cps>).]. После окончания учебы молодые специалисты могут рассчитывать разве что на неоплачиваемую стажировку в качестве своей первой работы[16 - Теме конкурентной борьбы за неоплачиваемую стажировку посвящена следующая статья: Gerry Shih, "Unpaid Work, But They Pay for Privilege" / New York Times, August 8, 2009.]. Примерно четвертая часть двадцати-тридцатилетних остается без работы, а еще четверть работает на условиях частичной занятости[17 - Последние данные о поколении двадцати-тридцатилетних людей XXI столетия содержатся в отчете исследовательского центра Pew Research Center за 2010 год "Millennials: Confident. Connected. Open to Change", доступ к которому можно получить на сайте: <http://pewresearch.org/millennials> (<http://pewresearch.org/millennials>).]. С учетом инфляции юноши и девушки двадцати с лишним лет, у которых есть полноценная работа, зарабатывают меньше, чем их ровесники в 1970-х годах[18 - Кроме отчета Pew Research Center, информацию о вступлении молодых людей во взрослую жизнь можно найти также на сайте исследовательской сети по изучению проблем перехода ко взрослости Network on Transitions to Adulthood: www.transitions2adulthood.com (<https://transitions2adulthood.wordpress.com/>).].

Поскольку краткосрочная работа заняла место долгосрочной карьеры, молодые люди после двадцати часто меняют работу: только за третий десяток лет жизни в их резюме появляется в среднем несколько мест работы. Треть юношей и девушек в этом возрасте меняют место жительства, оставляя своих родных и друзей[19 - См. представленное в главе 1 (#glava1) описание книги Джеффри Йенсена Арне «Начало взрослости: извилистый путь от поздней юности до двадцати с лишним лет». Jeffrey Jensen Arnett, *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties* (New York: Oxford University Press, 2004).]. Примерно один из восьми возвращается в родительский дом, причем не в последнюю очередь потому, что заработная плата у него достаточно низкая, а задолженность по кредитам на обучение – большая: за последние десять лет число студентов, у которых эта задолженность превышает 40 000 долларов, увеличилось в десять раз[20 - См. Project on Student Debt: <http://projectonstudentdebt.org> (<http://projectonstudentdebt.org/>).].

Создается впечатление, что все хотят оставаться двадцатилетними, за исключением тех, кому действительно исполнилось двадцать с лишним лет. Утверждение «тридцать – это новые двадцать» начинает вызывать у молодых людей совсем другую реакцию: «Боже, надеюсь, что это не так».

Каждый день я работаю с молодыми людьми, которые чувствуют себя обманутыми заверениями, что возраст от двадцати до тридцати станет лучшим периодом их жизни. Людям кажется, что проводить сеансы психотерапии с теми, кому двадцать с небольшим, – это выслушивать истории о приключениях и несчастьях беззаботных юношей и девушек, – и в какой-то мере это действительно так. Но за закрытыми дверями мои клиенты говорят о том, что их тревожит на самом деле:

- У меня такое ощущение, словно я посреди океана. Как будто я могу плыть в любом направлении, но земли нигде не видно, и я не знаю, куда плыть.
- У меня такое чувство, что нужно и дальше заводить случайные связи и смотреть, что из этого выйдет.
- Я не знала, что буду каждый день плакать на работе.
- В двадцать с лишним лет совсем по-другому воспринимаешь время. Впереди масса времени, когда должно произойти много интересного.
- Моей сестре тридцать пять лет, и она до сих пор не замужем. Я с ужасом думаю о том, что то же самое произойдет и со мной.
- Не могу дождаться, когда избавлюсь от своих двадцати с лишним лет.
- Мне бы лучше не заниматься этим после тридцати.
- Вчера вечером я молилась о том, чтобы в моей жизни наступила хотя бы какая-то определенность.

В Соединенных Штатах молодых людей в возрасте от двадцати до тридцати лет свыше пятидесяти миллионов, и в жизни большинства из них присутствует поразительная, беспрецедентная неопределенность. Многие из этих юношей и девушек не имеют ни малейшего представления о том, чем будут заниматься или с кем жить через два года или даже через десять лет. Они не знают, когда будут счастливы или смогут оплачивать свои счета. Они задаются вопросом, кем быть – фотографами, юристами, дизайнерами или банкирами. Они не знают, когда в их жизни появятся серьезные отношения – после нескольких свиданий или через много лет. Их беспокоит вопрос о том, смогут ли они завести семью и долго ли продлится их брак. Попросту говоря, они не знают, наладится ли их жизнь и какое будущее им уготовано.

Неопределенность вызывает у людей ощущение тревоги, а развлечения стали в XXI столетии настоящим «опиумом для народа». В итоге молодых людей старше двадцати искушают и даже поощряют, предлагая закрыть на все глаза и надеяться на лучшее. В 2011 году в журнале *New York Magazine* была опубликована статья, в которой утверждалось, что «на самом деле у молодежи все в порядке и что хотя нынешнее поколение юношей и девушек в возрасте двадцати-тридцати лет столкнулось с самыми худшими экономическими условиями за период после Второй мировой войны, они все же настроены оптимистично»[21 - См. Noreen Malone, “The Kids Are Actually Sort of Alright” / *New York magazine*, October 24, 2011.]. В этой статье говорится о том, что при наличии огромного количества бесплатной музыки в сети «не нужно много денег на покупку большой коллекции музыкальных записей». Автор статьи утверждает, что Facebook, Twitter, Google и бесплатные прикладные программы «сделали жизнь с ограниченным бюджетом гораздо увлекательнее».

Существует такая поговорка: «Надежда – это хороший завтрак, но плохой ужин»[22 - Это высказывание принадлежит Френсису Бэкону.]. Надежда – это действительно полезное состояние души, помогающее многим подавленным юношам и девушкам двадцати с лишним лет выбираться из постели утром, однако в конце дня им необходимо нечто большее, чем оптимизм, потому что к концу третьего десятка лет у них возникнет потребность в чем-то большем, чем развлечения и коллекции музыкальных записей.

Мне это хорошо известно даже не столько по сеансам с двадцатилетними молодыми людьми, которые пытаются преодолеть какие-то трудности, сколько по сеансам с твикстерами – людьми тридцати-сорока лет, очень сожалеющими, что не сделали все по-другому. Я своими глазами видела, какие душевные муки

испытывают люди, которым кажется, что их жизнь не удалась. Мы часто слышим, что тридцать – это новые двадцать, но будь то в период экономического кризиса или нет, когда дело касается работы и любви, разума и тела, сорок лет – это совершенно определенно не новые тридцать.

Многие молодые люди между двадцатью и тридцатью считают, что после тридцати их жизнь быстро наладится. Возможно, это так, но все же это будет совсем иная жизнь. Нам кажется, что если в нашей жизни не произойдет ничего интересного в двадцать с чем-то лет, то это случится после тридцати. Мы считаем, что, избегая принятия решений в настоящий момент, мы оставляем возможности открытыми, но отказ сделать выбор – это тоже выбор.

Когда мы оставляем все на потом, после тридцати на наши плечи ложится огромный груз: нам нужно в чем-то добиться успеха, жениться или выйти замуж, выбрать город для проживания, заработать деньги, купить дом, получить удовольствие от жизни, поступить в университет, основать бизнес, добиться продвижения по службе, накопить денег на учебу и пенсию, родить двоих или троих детей – и все это в очень сжатые сроки. Многие из этих задач просто несовместимы; кроме того, как показывают последние исследования, после тридцати гораздо труднее заниматься всем этим одновременно[23 - См. доклад Сюзанны Бьянки, представленный в ноябре 2010 года на конференции Focus on Workplace Flexibility («Фокус на создании гибких условий работы»): S. M. Bianchi. “Family Change and Time Allocation in American Families”. С этим докладом можно ознакомиться на сайте: <http://workplaceflexibility.org> (<http://workplaceflexibility.org/>). Об исследованиях Сюзанны Бьянки идет речь в главе «Всему свое время» (#litres_trial_promo).].

В тридцать лет жизнь не заканчивается, но ощущается совершенно по-другому. Пестрое резюме, отображающее свободу третьего десятка, вызывает подозрения и приводит в замешательство. Удачное первое свидание приводит скорее не к мечтаниям о «том самом, единственном любимом человеке», а к просчитыванию вариантов, как поскорее выйти замуж и родить ребенка.

Безусловно, в жизни многих молодых людей именно так все и происходит, а супружеские пары, созданные из людей старше тридцати, часто говорят о том, что в их жизни появились новые цель и смысл. Однако многие испытывают в этом возрасте глубокое, мучительное чувство сожаления: они знают, что не смогут обеспечить своих детей так, как им хотелось бы; обнаруживают, что проблемы с репродуктивной способностью или полное истощение сил не

позволяют им иметь такую семью, как мечталось; осознают, что им будет почти шестьдесят, когда их дети поступят в колледж, и почти семьдесят, – когда у них будет свадьба; понимают, что могут так и не увидеть внуков.

Многие родители (такие как родители Кейт) стараются защитить детей от своего варианта кризиса среднего возраста (от своего сожаления о том, что они остепенились слишком рано), но они не замечают, что их детям грозит кризис среднего возраста совершенно иного рода. Кризис среднего возраста нового тысячелетия – это осознание того, что, пытаясь взять от жизни как можно больше, ничего не упустив, мы упускаем порой самое важное. Это осознание того, что сделать что-то позже далеко не всегда означает сделать это лучше. Многие умные и успешные люди тридцати-сорока лет сокрушаются по поводу того, что теперь им приходится наверстывать упущенное. Они смотрят на себя (и на меня, сидя в моем кабинете) и говорят о своих двадцати с небольшим так: «Что я делал? О чем я только думал?»

Я призываю двадцати-тридцатилетних в полной мере использовать потенциал третьего десятка своей жизни, свой статус взрослых людей и свое будущее. Эта книга объяснит, почему они должны это сделать и как этого добиться.

В оставшейся части книги я попробую убедить вас в том, что тридцать – это не новые двадцать, и не потому что двадцатилетние юноши и девушки не стремятся или не должны браться за ум раньше, чем это делали их родители. Практически все согласны с тем, что сегодня работа и любовь появляются в жизни человека позже не только из-за определенных экономических причин, но и просто потому, что это стало возможно. Я попытаюсь донести до вас мысль о том, что тридцать – это не новые двадцать именно потому, что современные молодые люди начинают задумываться о будущем позже, чем в свое время их родители. Я хочу убедить вас в том, что возраст от двадцати до тридцати – это не период бездеятельности, не играющий особой роли в жизни человека, а самый благоприятный этап для дальнейшего развития.

Почти во всех направлениях развития существует так называемый критический период, когда человек больше всего готов к переменам и обычное воздействие внешних факторов способно привести к кардинальной трансформации личности[24 - Строго говоря, здесь более уместным был бы термин «чувствительный период». Критический период характеризуется тем, что если какие-то качества не сформируются в это время, они уже никогда не будут сформированы. Чувствительный период – это период, на протяжении которого

то или иное качество развивается легче всего. Я использую термин «критический период» потому, что он более привычен, а еще потому, что именно он упоминается в приведенном выше высказывании Наома Хомского, где тоже подчеркивается разница между критическим и чувствительным периодом.]. Дети без всяких усилий осваивают язык, который слышат до пяти лет. Бинокулярное зрение формируется на протяжении первых восьми месяцев жизни. Такие критические периоды и есть те окна возможностей, когда обучение проходит очень быстро. По истечении этих периодов все дается гораздо труднее.

Возраст от двадцати до тридцати лет – это критический период взросления. В этот отрезок времени легче всего заложить основы той жизни, которую мы хотим прожить. Чем бы мы ни занимались, третий десяток – это переломный этап (период серьезной реорганизации), а события, происходящие в это время, оказывают несоразмерно большое влияние на нашу взрослую жизнь.

Книга состоит из трех частей («Работа» (#chast1), «Любовь» (#litres_trial_promo), «Разум и тело» (#litres_trial_promo)), из которых вы узнаете о четырех отдельных (но взаимосвязанных) критических аспектах жизни человека в возрасте от двадцати до тридцати лет. Прочитав раздел «Работа» (#chast1), вы поймете, почему опыт работы в этом возрасте имеет самые серьезные последствия для дальнейшей жизни, даже если вам досталось не такое уж и престижное место. Из раздела «Любовь» (#litres_trial_promo) узнаете, почему выбор партнеров после двадцати важнее решений, принимаемых вами в отношении профессиональной деятельности. А в разделе «Разум и тело» (#litres_trial_promo) речь пойдет о том, что все еще развивающийся мозг двадцатилетних определяет, какими они станут во взрослой жизни, а также что на период от двадцати до тридцати лет приходится пик репродуктивной активности организма.

Журналисты активно обсуждают эту проблему, поднимая в своих статьях вопросы: «Что происходит с молодежью после двадцати?»[25 - См. Robin Marantz Henig. “What Is It About 20-Somethings?” / New York Times, August 18, 2010.] или «Почему бы им просто не повзрослеть?»[26 - Из передовой статьи Льва Гроссмана “Meet the Twixters”, опубликованной в воскресном номере журнала Time за 16 января 2005 года.] – но на самом деле никакой тайны в возрасте от двадцати до тридцати лет не существует. Мы точно знаем, что происходит в этот период, и хотим, чтобы молодые люди двадцати с лишним лет тоже знали об этом.

Представленные ниже главы содержат как результаты научных исследований по теме развития взрослых, так и истории о моих клиентах и студентах, которые я еще никогда и нигде не рассказывала. Я поделюсь знаниями, накопленными психологами, социологами, невропатологами, экономистами и специалистами по работе с персоналом, об исключительной эффективности возраста от двадцати до тридцати лет и его влиянии на нашу жизнь. В то же время, я поставлю под сомнение сформировавшееся под воздействием СМИ неправильное представление о двадцатилетних, и докажу, что общепринятое мнение по поводу этой возрастной категории часто бывает ошибочным.

Из этой книги вы узнаете, почему именно люди, с которыми вы едва знакомы, а не ваши близкие друзья помогут вам кардинально улучшить свою жизнь. Вы поймете, почему участие в трудовой деятельности заставляет людей чувствовать себя лучше, увереннее; почему совместное проживание – далеко не самый удачный способ проверить отношения с близким человеком. Вы узнаете, почему от двадцати до тридцати лет ваши личностные качества меняются больше, чем до или после этого периода. Вы увидите, что действительно можете выбирать не только друзей, но и семью. Вы поймете, что уверенность в собственных силах формируется не внутри вас самих, а под влиянием внешних факторов. Вы узнаете, что от тех историй, которые вы рассказываете о себе, зависит как то, с кем вы будете встречаться, так и то, какую работу вы получите. А начинается книга с рассуждений о том, почему ответ на вопрос «Кто я есть?» следует искать не в затянувшемся кризисе идентичности, а в том, что принято называть «капиталом идентичности».

Не так давно люди, подобные родителям Кейт, шли к алтарю, не осознавая в полной мере, кто они есть. Они принимали самые серьезные решения в своей жизни еще до того, как их разум научился это делать. У двадцатилетних молодых людей XXI столетия есть возможность построить такую жизнь, какую они хотят, жизнь, в которой работа, любовь, разум и тело едины. Но это не происходит под влиянием возраста или оптимизма. Как заметила Кейт, для этого требуются целеустремленность и достоверная информация, – иначе есть риск упустить эту возможность. Но очень долго найти достоверную информацию было достаточно трудно.

Один мой коллега любит повторять, что молодые люди в возрасте от двадцати до тридцати лет похожи на самолеты, вылетающие из Нью-Йорка в западном направлении. Незначительное изменение курса после взлета может привести к тому, что самолет приземлится либо в Сиэтле, либо в Сан-Диего. Но когда

самолет уже приблизится к Сан-Диего, ему понадобится сделать большой крюк, для того чтобы снова повернуть на северо-запад.

То же самое происходит и в это критическое десятилетие: малейший сдвиг приводит к кардинальному изменению нашей жизни после тридцати. Возраст от двадцати до тридцати – это период, когда жизнь человека напоминает самолет, летящий высоко в небе в зоне турбулентности, но если научиться управлять им (пусть даже немного), можно добраться дальше и быстрее. Это важнейший период, когда все, что мы делаем (и чего не делаем), оказывает большое влияние на предстоящие годы и даже на следующие поколения.

Так давайте отправимся в путь – сейчас самое подходящее для этого время.

Часть I. Работа

Глава 1. Капитал идентичности

Взрослые не появляются из ниоткуда. Их создают.

Кей Хаймовиц, культуролог

Мы рождаемся не сразу, а постепенно.

Мэри Антин[27 - Мэри Антин (1881–1949) – американская писательница, родом из России. Прим. ред.], писательница

Хелен начала посещать сеансы психотерапии, потому что у нее «наступил кризис идентичности». Она то работала нянечкой, то принимала участие в його-ретритах[28 - Ретрит (англ. retreat – уединение, удаление от общества, рус. лит. затвор) – международное обозначение времяпрепровождения, посвященного духовной практике. Прим. ред.], ожидая момента, когда, по ее словам, «ударит молния интуиции». Хелен всегда одевалась так, будто идет на тренировку, даже

если на самом деле это не так. Какое-то время ее непринужденный стиль жизни был предметом зависти ее друзей, которые сразу же попали в «реальный мир» или его преддверие – университет. Хелен занималась то одним, то другим – и какое-то время получала удовольствие от жизни.

Но вскоре внутренние поиски себя стали мучительными для Хелен. В двадцать семь лет она почувствовала, что те же друзья, которые раньше завидовали ее приключениям, теперь жалеют ее. Пока Хелен возила по городу чужих детей в колясках, ее друзья двигались дальше.

Родители Хелен точно знали, что их дочь должна делать в колледже: стать членом женского студенческого общества Tri Delta и учиться на подготовительных медицинских курсах. Они решительно настаивали на этом, несмотря на то что Хелен была талантливым фотографом и ни от кого не скрывала, что хочет изучать искусство, – и уж точно не стремилась вступать в женское студенческое общество. С первого семестра Хелен возненавидела занятия и училась плохо. Она завидовала друзьям, которые посещали интересные лекции, и при любой возможности записывалась на факультативные курсы, так или иначе связанные с искусством. После двух мучительных лет изучения обязательного курса биологии и заполнения всего свободного времени тем, что ей действительно нравилось, Хелен все-таки решилась выбрать в качестве профилирующего предмета искусство. Ее родители прокомментировали это так: «И что ты будешь с этим делать?»

После окончания колледжа Хелен решила попробовать себя в качестве независимого фотографа. Однако когда непредсказуемость этой работы начала сказываться на ее способности оплачивать счета, жизнь художника потеряла для нее свой блеск. Без диплома об окончании подготовительных медицинских курсов, без перспектив достичь успеха в качестве фотографа и даже без достойных оценок по тем предметам, которые она изучала в колледже, Хелен не видела ни одного пути для дальнейшего продвижения. Она хотела заниматься фотографией, но не знала, как это сделать. В итоге она начала работать няней; время шло, а родители постоянно упрекали: «Мы же тебе говорили, что так будет».

Теперь Хелен надеялась на то, что подходящий ретрит либо беседа во время сеанса психотерапии или с друзьями помогут ей раз и навсегда понять, кто она есть. После этого, по словам Хелен, она сможет всерьез взяться за свою жизнь. В ответ я выразила сомнения в целесообразности такого подхода и сказала, что у

молодых людей в возрасте от двадцати до тридцати лет длительное самокопание зачастую приводит к противоположным результатам.

- Но ведь именно это и должно со мной происходить, - возразила Хелен.

- Что именно? - уточнила я.

- Ну, этот кризис, - ответила она.

- И кто же это говорит? - спросила я.

- Не знаю... Все. Книги.

- Думаю, ты неправильно понимаешь, что такое кризис идентичности и как преодолеть его, - сказала я. - Ты когда-нибудь слышала об Эрике Эриксоне?[29 - Историю об Эрике Эриксоне рассказывали уже много раз во многих источниках. Самый исчерпывающий рассказ можно найти здесь: Lawrence J. Friedman. Identity's Architect: A Biography of Erik Erikson (New York: Scribner, 1999).]

Эрик Саломонсен был белокурым немецким мальчиком, сыном темноволосой матери и отца, которого он никогда не знал. Когда Эрику исполнилось три года, его мать вышла замуж за местного педиатра. Тот усыновил Эрика и дал ему фамилию Хомбургер. Мать и приемный отец воспитывали мальчика в иудейской традиции. В синагоге Эрика дразнили за то, что он белокурый, а в школе - за то, что он еврей. В итоге Эрик не понимал, кто же он на самом деле.

После окончания средней школы Эрик хотел стать художником. Он путешествовал по Европе, изучая искусство; и время от времени ему приходилось ночевать просто под мостами. В двадцать пять лет он вернулся в Германию, начал работать преподавателем живописи, изучал педагогику Монтессори[30 - Педагогика Монтессори, или система Монтессори, - система воспитания, разработанная в первой половине XX века итальянским педагогом, ученым и мыслителем Марией Монтессори. Основана на индивидуальном подходе педагога к каждому ребенку. Прим. ред.], женился и создал семью. Эрик был учителем детей нескольких выдающихся психоаналитиков. С ним провела сеанс психоанализа дочь Зигмунда Фрейда Анна. Впоследствии он получил диплом по психоанализу.

В тридцать с лишним лет Эрик с семьей переехал в США, где стал известным психоаналитиком и специалистом по психологии развития. Он преподавал в Гарварде, Йеле и Беркли, написал несколько книг и получил Пулитцеровскую премию. Взяв псевдоним Эрик Эриксон, что означает «Эрик, сын самого себя», он намекал на чувства, вызванные безотцовщиной, а также на свой статус человека, который сделал себя сам. Эрик Эриксон известен тем, что ввел термин «кризис идентичности». Это было в 1950 году.

Хотя Эриксон родился и воспитывался в XX столетии, он жил жизнью человека XXI века. Он рос в смешанной семье. Столкнулся с проблемами культурной идентичности. Провел юность и третий десяток лет в поисках себя. В те времена, когда роли взрослого человека были такими же стандартными, как ужины из замороженных полуфабрикатов, личный опыт Эриксона позволил ему предположить, что кризис идентичности должен или как минимум может быть нормой. Он считал, что не стоит спешить с определением истинной, подлинной идентичности, а значит, должен быть какой-то период отсрочки, на протяжении которого молодые люди могли бы спокойно изучить имеющиеся возможности, не подвергая себя настоящему риску и не возлагая на себя никаких обязательств. Для некоторых молодых людей это был период учебы в колледже. Для других, таких как Эриксон, время путешествий, или *Wanderschaft* – период странствий, скитаний.

Мы с Хелен поговорили о том, какой путь прошел Эрик Эриксон от кризиса идентичности до Пулитцеровской премии[31 - Пулитцеровская премия – одна из наиболее престижных наград США в области литературы, журналистики, музыки и театра. Датой учреждения считается 17 августа 1903 года. Вручается ежегодно в первый понедельник мая попечителями Колумбийского университета в Нью-Йорке. Размер премии – 10 тысяч долларов. Прим. ред.]. Да, он много путешествовал и спал под мостами. Но это только половина правды. Что еще он делал? В двадцать пять лет он преподавал живопись и изучал педагогику. В двадцать шесть заинтересовался психоанализом и познакомился с некоторыми влиятельными людьми. К тридцати годам получил диплом по психоанализу и начал карьеру педагога, психоаналитика, писателя и теоретика. Эриксон провел бо

Конец ознакомительного фрагмента.

notes

Примечания

1

См. W. R. Mackavey, J. E. Malley, A. J. Stewart. "Remembering Autobiographically Consequential Experiences: Content Analysis of Psychologists' Accounts of Their Lives" / *Psychology and Aging* 6 (1991): 50–59. В этом исследовании автобиографически значимые события были разделены по стадиям развития человека, а не по десятилетним периодам. Для того чтобы определить, на какой десяток лет жизни человека приходится больше всего значимых событий, я проанализировала эти данные еще раз, определив среднее число значимых событий в год на каждом этапе развития. Затем на основании средних показателей я определила число значимых событий в расчете на десятки лет, а не на этапы развития.

2

Исчерпывающую информацию о том, чем поколение послевоенного бума рождаемости отличается от молодых людей двадцати с лишним лет XXI столетия, можно найти в книге: Neil Howe, William Strauss. *Millennials Rising: The Next Great Generation* (New York: Vintage, 2000).

3

Данные о том, сколько стоили дома в прошлом, можно найти на сайте:
<http://www.census.gov/hhes/www/housing/census/historic/values.html>

(<http://www.census.gov/hhes/www/housing/census/historic/values.html>).

4

Последние данные о поколении двадцати-тридцатилетних людей XXI столетия содержатся в отчете исследовательского центра Pew Research Center за 2010 год “Millennials: Confident. Connected. Open to Change”, доступ к которому можно получить на сайте: <http://pewresearch.org/millennials> (<http://pewresearch.org/millennials>).

5

См. статью “The Bridget Jones Economy: Singles and the City – How Young Singles Shape City Culture, Lifestyles, and Economics” / Economist, December 22, 2001.

6

Твикстеры (сокр. от англ. betwixt – «ни то ни се», «ни рыба ни мясо») – молодые люди, которые не хотят становиться взрослыми и живут с родителями или зависимы от них материально. Прим. пер.

7

Речь идет о передовой статье Льва Гроссмана “Meet the Twixters”, опубликованной в воскресном номере журнала Time за 16 января 2005 года. В своей статье Гроссман представил исчерпывающий анализ экономических, социальных и культурных изменений в жизни общества, из-за которых у

молодых людей от двадцати до тридцати лет появилось ощущение, будто они ничего не стоят.

8

См. David Brooks. "The Odyssey Years" / New York Times, October 9, 2007.

9

Исследователь Роберт Дженсен Арнетт ввел термин «зарождающаяся зрелость» для обозначения возраста от восемнадцати до двадцати пяти лет. Арнетт провел много замечательных исследований этой возрастной группы, – некоторые из них упоминаются в этой книге. Я использую в своей книге результаты исследований Роберта Арнетта, но не термин «зарождающаяся зрелость», поскольку в ней идет речь обо всем периоде от двадцати до тридцати лет. Кроме того, я не думаю, что можно укрепить самооценку молодых людей двадцати с лишним лет, по сути, заявляя, что они – не взрослые.

10

См. Richard Settersten, Barbara E. Ray. Not Quite Adults: Why 20-Some-things Are Choosing a Slower Path to Adulthood, and Why It's Good for Everyone (New York: Bantam Books, 2010).

11

См. Catherine Mayer “10 Ideas Changing the World Right Now” / Time magazine, March 12, 2009.

12

Дотком – компания, чья бизнес-модель основывается на работе в интернете. Прим. ред.

13

Стартап, или стартап-компания, – компания с короткой историей операционной деятельности. Как правило, такие компании созданы недавно, находятся в стадии развития или исследования перспективных рынков. Прим. ред.

14

Глубокий анализ постмодернистской экономики и ее последствий содержится в статье: Richard Sennett. “The New Political Economy and Its Culture” / The Hedgehog Review 12 (2000): 55–71.

15

Текущие статистические данные можно найти на сайте Бюро трудовой статистики США: <http://www.bls.gov/cps> (<http://www.bls.gov/cps>).

16

Теме конкурентной борьбы за неоплачиваемую стажировку посвящена следующая статья: Gerry Shih, "Unpaid Work, But They Pay for Privilege" / New York Times, August 8, 2009.

17

Последние данные о поколении двадцати-тридцатилетних людей XXI столетия содержатся в отчете исследовательского центра Pew Research Center за 2010 год "Millennials: Confident. Connected. Open to Change", доступ к которому можно получить на сайте: <http://pewresearch.org/millennials> (<http://pewresearch.org/millennials>).

18

Кроме отчета Pew Research Center, информацию о вступлении молодых людей во взрослую жизнь можно найти также на сайте исследовательской сети по изучению проблем перехода ко взрослости Network on Transitions to Adulthood: www.transitions2adulthood.com (<https://transitions2adulthood.wordpress.com/>).

19

См. представленное в главе 1 (#glava1) описание книги Джеффри Йенсена Арне «Начало взрослости: извилистый путь от поздней юности до двадцати с лишним лет». Jeffrey Jensen Arnett, *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties* (New York: Oxford University Press, 2004).

20

См. Project on Student Debt: <http://projectonstudentdebt.org>
(<http://projectonstudentdebt.org/>).

21

См. Noreen Malone, "The Kids Are Actually Sort of Alright" / New York magazine,
October 24, 2011.

22

Это высказывание принадлежит Френсису Бэкону.

23

См. доклад Сюзанны Бьянки, представленный в ноябре 2010 года на конференции Focus on Workplace Flexibility («Фокус на создании гибких условий работы»): S. M. Bianchi. "Family Change and Time Allocation in American Families". С этим докладом можно ознакомиться на сайте: <http://workplaceflexibility.org> (<http://workplaceflexibility.org/>). Об исследованиях Сюзанны Бьянки идет речь в главе «Всему свое время» (#litres_trial_promo).

24

Строго говоря, здесь более уместным был бы термин «чувствительный период». Критический период характеризуется тем, что если какие-то качества не сформируются в это время, они уже никогда не будут сформированы. Чувствительный период – это период, на протяжении которого то или иное качество развивается легче всего. Я использую термин «критический период» потому, что он более привычен, а еще потому, что именно он упоминается в приведенном выше высказывании Наома Хомского, где тоже подчеркивается разница между критическим и чувствительным периодом.

25

См. Robin Marantz Henig. “What Is It About 20-Somethings?” / New York Times, August 18, 2010.

26

Из передовой статьи Льва Гроссмана “Meet the Twixters”, опубликованной в воскресном номере журнала Time за 16 января 2005 года.

27

Мэри Антин (1881–1949) – американская писательница, родом из России. Прим. ред.

28

Ретрит (англ. retreat – уединение, удаление от общества, рус. лит. затвор) – международное обозначение времяпрепровождения, посвященного духовной практике. Прим. ред.

29

Историю об Эрике Эриксоне рассказывали уже много раз во многих источниках. Самый исчерпывающий рассказ можно найти здесь: Lawrence J. Friedman. Identity's Architect: A Biography of Erik Erikson (New York: Scribner, 1999).

30

Педагогика Монтессори, или система Монтессори, – система воспитания, разработанная в первой половине XX века итальянским педагогом, ученым и мыслителем Марией Монтессори. Основана на индивидуальном подходе педагога к каждому ребенку. Прим. ред.

31

Пуллитцеровская премия – одна из наиболее престижных наград США в области литературы, журналистики, музыки и театра. Датой учреждения считается 17 августа 1903 года. Вручается ежегодно в первый понедельник мая попечителями Колумбийского университета в Нью-Йорке. Размер премии – 10 тысяч долларов. Прим. ред.

Купити: <https://tellnovel.com/meg-dzhey/vazhnye-gody-pochemu-ne-stoit-otkladyvat-zhizn-na-potom-kupit>

надано

Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: [Купити](#)